

MEGALOS HACHIOJI Time Line For Studio , Gym														
	月曜日				火曜日				水曜日					
	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Refle Studio	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Refle Studio	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Refle Studio		
	営業開始 8 : 30				営業開始 8 : 30				営業開始 8 : 30					
9:00					定員制35名	【シニアスクール】			定員制40名				9:00	
9:30	定員制40名	【シニアスクール】			ボディデザイン ピラティス 9:00-9:30 葉月 ちひろ	REBORNS FIT ～リボーンズフィット～ 9:00-10:00 谷内 成美 【有料スクール】			トラディショナルヨーガ 8:50-9:35 AUM(アウム)	定員制42名			9:30	
10:00	トラディショナルヨーガ 9:30-10:15 AUM(アウム)	REBORNS FIT ～リボーンズフィット～ 9:15-10:15 伊藤 実知子 【有料スクール】			定員制35名				定員制40名	【シニアスクール】			10:00	
10:30	定員制40名	定員制42名			エンジョイステップ 9:50-10:30 SONOKO	定員制42名			バレットソールシンセシス 9:50-10:35 村田 美和	REBORNS FIT ～リボーンズフィット～ 10:00-11:00 谷内 成美 【有料スクール】			10:30	
11:00	パワーヨーガ 10:30-11:15 AUM(アウム)	リトモス 10:30-11:15 岩田 香織			定員制40名	ボディメイクエアロ 10:15-11:00 坂口 典子			定員制40名				11:00	
11:30	【ヨーガスクール】	定員制42名			バーニングエアロ 10:50-11:35 SONOKO	定員制35名 歌ってmove 11:15-11:45 荒井 幸紀	【無料サークル】		ヴォーカリズム 10:50-11:35 小須 亨	定員制42名			11:30	
12:00	11:25-12:15 AUM(アウム) 【有料スクール】	フラダンス 11:30-12:00 大室 英子			定員制40名	やさしいバレエ 12:00-12:30 KAKO	1・3週目 健康サークル 2・4週目 ウォーキングサークル		定員制40名	(映像) Group Centergy 11:15-12:00			12:00	
12:30	定員制26名 TOBIPPA 12:30-13:00 田内 蒼太	12:15-13:00 大室 英子 【有料スクール】			ZUMBA 11:50-12:35 比気 桂子	定員制22名			定員制40名	定員制35名				12:30
13:00					定員制35名	【バレエスクール】			定員制40名	(映像) Group Power 12:15-12:45				13:00
13:30	定員制40名	定員制42名			ボディデザインピラティス 12:50-13:35 大山 幸子	12:45-13:45 KAKO 【有料スクール】			ZUMBA 12:35-13:20 工藤 哲也	定員制35名			13:30	
14:00	ヴォーカリズム 13:30-14:15 福岡 純子	(映像) Group Centergy 13:15-13:45			定員制40名				定員制40名	ビューティフローピラティス 13:00-13:45 R A N			14:00	
14:30	定員制35名			【女性専用】定員制12名	トラディショナルヨーガ 13:50-14:35 MAKIE				バーニングエアロ 13:35-14:20 高木 愛澄			定員制16名	14:00-14:30 谷内 成美	14:30
15:00	Group Blast 14:30-15:15 奇数週 山崎 敦也 偶数週 高橋 勇斗			【ピラティス】 infinity～flow～ 14:15-15:00 中西 美早	定員制40名				定員制40名			フィットネス会員のみ参加可能 ※バスタオル必須		15:00
15:30	※隔週で担当者が変わります			室温は常温となります	Group Fight 14:50-15:35 奇数週 高橋 勇斗 偶数週 中西 美早 ※隔週で担当者が変わります				ダンス@ 14:35-15:05 高木 愛澄					15:30
16:00									【Dancingスクール】					16:00
16:30									15:15-16:15 高木 愛澄 【有料スクール】					16:30
17:00														17:00
17:30														17:30
18:00	【有料スクール】 キッズダンススクール 17:30-18:30 DAISUKE				【有料スクール】 キッズ 極真カラテ リトル 16:30-17:20 増田 健一				【有料スクール】 キッズ チアダンス 【Hopスター】 16:30-17:30 齋藤 美羽					18:00
18:30									【有料スクール】 キッズ チアダンス 【Stepスター】 17:30-18:30 齋藤 美羽					18:30
19:00	【有料スクール】 キッズダンススクール 18:30-19:30 DAISUKE				【有料スクール】 キッズ 極真カラテ アドバンス 18:30-19:20 増田道場									19:00
19:30		定員制42名				定員制35名				定員制42名				19:30
20:00	定員制40名	(映像) Group Centergy 19:15-19:45			定員制40名	(映像) Group Power 19:15-19:45			定員制35名	(映像) Group Fight 19:15-19:45				20:00
20:30	Group Fight 20:00-20:45 木坂 碧	定員制42名			リトモス 20:00-20:45 三嶋 喜美代	定員制42名			Group Blast 20:00-20:45 山崎 敦也	定員制35名				20:30
21:00	定員制28名	フリースタイルSTAGE 20:00-20:45 DAISUKE							(映像) Group Power 20:00-20:45	(映像) Group Power 20:00-20:45				21:00
21:30	VOLTBOXmaximum 【share】 21:00-21:45 木坂 碧	【ハウスダンススクール】			定員制26名	定員制42名			定員制28名	定員制42名				21:30
22:00		21:00-22:00 DAISUKE 【有料スクール】			TOBIPPA 21:15-21:45 間木平 華菜	(映像) Group Centergy 21:00-21:45			VOLTBOXmaximum 【share】 21:00-21:45 田内 蒼汰	(映像) Group Groove 21:00-21:45				22:00
22:30														22:30
23:00	マシニング・プール利用時間は 22 : 50 まで 施設閉館時間 23 : 00 (24時間会員は夜間利用可能)												23:00	

MEGALOS HACHIOUJI Time Line For Studio , Gym													
	木曜日				土曜日				日曜日				
	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Refle Studio	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Refle Studio	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Refle Studio	
9:00	予約不要	営業開始 8 : 30			【有料スクール】 ミライク ジュニア A (子供) 8:30-9:30	【有料スクール】 ミライク ジュニア B (子供) 8:45-9:45	営業開始 9 : 30		【有料スクール】 ミライク ベビー(子供) 8:30-9:15 キッズ(子供) 9:30-10:30	【有料スクール】 ミライク キッズ(子供) 8:15-9:15 ジュニア(子供) 9:30-10:30	営業開始 10 : 00		9:00
	ラジオ体操 9:00-9:10												
9:30	定員制35名/40名	定員制42名	奇数週 Group Power 偶数週 Group Fight 9:30-10:15 RYUJI	健美操 9:40-10:25 中谷 一江	こどもイベント枠 9:35〜10:35	【有料スクール】 ミライク キッズ (子供) 9:50-10:50			定員制40名	トラディショナルヨーガ 10:45-11:30 御手洗 香代			【有料スクール】 ミライク キッズ(子供) 10:30-11:30
	10:00												
10:30	定員制40名	定員制42名		エンジョイエアロ 10:40-11:20 中谷 一江								10:30	
11:00	リトモス 10:30-11:15 いづみ				定員制35名 コアデザイン 10:55-11:25 浅見 公貴								11:00
11:30	定員制40名				定員制40名 エンジョイエアロ 11:40-12:10 浅見 公貴	【有料スクール】 kidsHiphopダンス 11:00-12:00 KAORU							11:30
12:00	トラディショナルヨーガ 11:30-12:15 ayumi	定員制22名 イトワールバレエ 11:45-12:15 浅見 千佳				定員制42名			定員制28名 VOLTBOX maximum 【share】 11:50-12:35 荒井 幸紀	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30			12:00
12:30	定員制40名	【バレエスクール】			定員制40名 ラテンEXコンサルサ 12:30-13:00 T O M O K O	定員制42名							12:30
13:00	太極拳 12:30-13:15 鈴木 明人	12:30-13:45 浅見 千佳 【有料スクール】			定員制40名	トラディショナルヨーガ 12:20-13:05 房枝			定員制26名 TOBIPPA 12:55-13:25 間木平 華菜	定員制42名 やさしいフリースタイル(初級) 13:05-13:35 井内 伸幸			13:00
13:30	定員制40名 DsD 13:30-14:00 高木 愛澄				ZUMBA 13:15-14:00 T O M O K O	定員制35名 (映像) Group Power 13:20-13:50			定員制35名	定員制42名			13:30
14:00	定員制40名					定員制35名			Group Blast 13:50-14:30 RYUJI	フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸			14:00
14:30	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄				定員制28名 VOLTBOX【share】 14:20-14:50 荒井 幸紀	ボディデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 如里			定員制40名	定員制42名			14:30
15:00					定員制40名	定員制42名 ベリーダンス 15:00-15:30 Y U K A R I			Group Fight 14:45-15:30 RYUJI	フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸			15:00
15:30					● Group Groove 15:15-16:00 荒井 幸紀	【ベリーダンススクール】			定員制40名				15:30
16:00				定員制16名 ホットストレッチ 16:00-16:30 谷内 成美		15 : 45-16 : 30 YUKARI 【有料スクール】			Group Groove 15:45-16:30 RYUJI	【有料スクール】 ミライク キッズ(子供) 15:30-16:30			16:00
16:30		アフタースクール 14 : 00-19 : 00		フィットネス会員のみ参加可能 ※バスタオル必須								【女性専用】定員制12名	16:30
17:00	【有料スクール】 KidsGirlsHipHopダンス 16:50-17:50 misaki				【有料スクール】 キッズ 極真カラテ リトル 16:30-17:20 増田道場	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45				定員制35名 (映像) Group Centergy 16:45-17:30		【ピラティス】 infinity~flow~ 16:35-17:20 間木平 華菜	17:00
17:30										定員制35名		室温は常温となります	17:30
18:00					【有料スクール】 キッズ 極真カラテ ジュニア 17:30-18:20 増田道場	定員制42名				定員制35名 (映像) Group Power 17:45-18:30			18:00
18:30	【有料スクール】 K-POPダンス 18:00-19:00 misaki					(映像) Group Fight 18:00-18:45							18:30
19:00					【有料スクール】 キッズ 極真カラテ アドバンス 18:30-19:20 増田道場	定員制35名							19:00
19:30		定員制42名 (映像) Group Groove 19:15-19:45				(映像) Group Power 19:00-19:45			マシンジム・プール利用時間は 19 : 50まで 施設閉館時間 20 : 00 (24時間会員は夜間利用可能)				19:30
20:00	定員制28名 VOLTBOX【share】 20:00-20:30 間木平 華菜	定員制42名				(映像) Group Blast 20:00-20:45			■スタジオレッスンについて ・全クラス【WEB予約制】となっております。スタジオ予約システムに事前登録が必要です。(映像レッスンは除く) ・WEB予約可能枠数以下の通りです。(1枠消化で新たに予約可) ゴールド会員、プラチナ会員の方は12枠、 レギュラー会員、U-29会員、U-35会員、U-39会員、ババママ会員、パーソナルフルタイム会員、 レギュラー24h会員、U-29 24h会員、U-35 24h会員、U-39 24h会員、ババママ24h会員の方は8枠、 その他会員種別は6枠が予約可能となります。 ・21日先の同時刻に終了するレッスンまで公開いたします。 ・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前です。 ・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前から入場可能です。 ・急な休講・変更がある場合がございます。				20:00
20:30													20:30
21:00	定員制40名/35名 奇数週 Group Fight 偶数週 Group Power 21:00-21:45	定員制42名				定員制42名							21:00
21:30	奇数週 高橋 勇斗 偶数週 川合 涼太 ※隔週で担当者が変わります	(映像) Group Blast 21:00-21:45				(映像) Group Centergy 21:00-21:45							21:30
22:00													22:00
22:30													22:30
23:00	マシンジム・プール利用時間は 22 : 50 まで 施設閉館時間 23 : 00				マシンジム・プール利用時間は 22 : 20 まで 施設閉館時間 22 : 30 (24時間会員は夜間利用可能)				■Fitness Theaterについて ・スクリーンに映像を流しおこなうレッスンです。 WEB予約は不要です。先着順となりますので、レッスン開始前までにスタジオにお越しください。				23:00

2025年12月 メガロス八王子 アクアプログラムタイムスケジュール

月 曜 日						火 曜 日						水 曜 日						木 曜 日							
スクールプール						メンバープール						スクールプール						メンバープール							
1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2
(8:30 OPEN)																									
8:30																									
9:00																									
9:30																									
10:00																									
10:30																									
11:00																									
11:30																									
12:00																									
12:30																									
13:00																									
13:30																									
14:00																									
14:30																									
15:00																									
15:30																									
16:00																									
16:30																									
17:00																									
17:30																									
18:00																									
18:30																									
19:00																									
19:30																									
20:00																									
20:30																									
21:00																									
21:30																									
22:00																									
22:30																									
【プール: 22:50 CLOSE】 【施 設: 23:00 CLOSE】																									

2025年12月 メガロス八王子 アクアプログラムタイムスケジュール

	土 曜 日						日 曜 日					
	スクールプール			メンバープール			スクールプール			メンバープール		
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
	【9:30 OPEN】						【10:00 OPEN】					
10:00												
10:30												
11:00												
11:30												
12:00	マスタースクール 11:45～12:45 (有料登録制)											
12:30												
13:00												
13:30												
14:00												
14:30												
15:00												
15:30												
16:00												
16:30												
17:00												
17:30												
18:00												
18:30												
19:00												
19:30												
20:00												
20:30												
21:00												
21:30												
22:00												
	【プール：22:20 CLOSE】 【施設：22:30 CLOSE】											

アクアプログラム参加方法

- ①お時間になりましたら、コーチ室側のレッスンコースにお集まりください。
- ②レッスンをお楽しみください。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

* 同種目で「入門系プログラム」と「応用系プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。

* スキル系レッスンの種目は、入門・応用ともに
偶数月クロール・平泳ぎ 奇数月背泳ぎ・バタフライとなっております。

* プログラムの定員は1コース12名までとなります。最大60名です。

* レッスン開始後5分が過ぎてのレッスンへのご参加及び途中退場は安全管理上ご遠慮ください。

* 体調管理をお願いいたします。体調に異変を感じた場合は早急にお近くの
スイミングスタッフまで申し出ください。(レッスン前に脈・血圧をご確認ください。)

* 定員制のプログラムに関しましては1時間前からプールカウンターにて受付いたします。(先着順)

* スイムスクールは登録制(別料金)となります。

* ご登録いただいている会員種別が**スイムスクールのみ**の方はアクアプログラムへのご参加はいただけません。

フリー遊泳日についてのご案内

フリー遊泳日ってなに？

⇒泳法・コンディショニング・ファン系のプログラムが中止となり、その時間帯フリーでプールをご利用いただけます。

※泳法・・・クロール・背泳ぎ【入門】など20分の泳ぎのプログラム

コンディショニング・・・ゆっくり歩行など

ファン系・・・スマイルアクアダンスやAqua ZUMBAなどのアクアピクスプログラム

* スイムスクール・ベビースクール・キッズ・ジュニアスクール・選手クラスの有料プログラムは

通常通り実施いたします。

フリー遊泳日は、プールカウンター・メガロス八王子HPにてご案内いたします。

* HPは、メガロス八王子⇒休調・代行ページにてご案内しております。

施設利用時の注意事項・ご案内

* プールご利用の際には必ずシャワーを浴び、お化粧は落とし、貴金属類は外してください。

* レッスン開始時刻に参加者がいない場合は、クローズとなります。

* ご案内しておりますコース帯は、プール利用状況により変更する場合がございます。

* スクールで使用しないコースに関しては、フリーでの遊泳が可能となります。

* イベント実施などによりスケジュール変更、中止になる場合がございます。

* アクアピクス系レッスンは参加人数により、コース帯が変更になる場合がございます。

各種パーソナルレッスンのご案内

■SEICA (月4回・1回60分)

参加費 会員38,720円(税込) 一般48,400円(税込)

■PL60 (1回60分)

参加費 会員12,100円(税込) 一般14,520円(税込)

受付開始日 希望月の前月1日(金曜日の場合は2日) ※先着順
プール、電話、メインフロントにて受付

～受付の流れ～

①担当コーチとスケジュールを決めていく。

※レッスンコース確保のため、レッスン予約時より2週間以降の日にちから
レッスン開始となります。

②メインフロントにてご入金。※メガロスアプリの登録をお願いいたします。

③レッスン開始！！

■パーソナルレッスン (1回30分)

参加費 6,050円(税込)

受付開始日 毎月20日

形式：◎イベント

開催日：希望レッスン日

キーワード：スイミングパーソナル



ご予約はこちらから！！

※二次元バーコードからのお申込みとなります。

※おひとり様2枠までとなります。

ただし、受付開始日に限り、

同じコーチの2枠ご予約は不可となります。